

YOGA

Yoga is Om, recite it
Yoga is divine, manifest it
Yoga is Philosophy, think it
Yoga is life, do it
Yoga is living science, experience it
Yoga is tonic, take it
Yoga is healing, cure it
Yoga is mental peace, feel it
Yoga is positive, explore it
Yoga is Union of God, realize it
Yoga is harmony, balance it
Yoga is Asana, practice it
Yoga is meditation, concentrate it
Yoga is mind, control it
Yoga is knowledge, know it
Yoga is Pranayam, breath it
Yoga is discipline, follow it
Yoga is Universal, accept it
Yoga is Secular, respect it
Yoga is Spiritual, awaken it
Yoga is bliss, enjoy it

By- Dr. Amulya Mohapatra

ଯୋଗ

ଓଂଙ୍କାର କରି ଯୋଗ କର
ନିରୋଗ ହୋଇବ ଶରୀର ।
ଯୋଗ ହିଁ ଆମର ଜୀବନ
ଯୋଗକୁ କର ପ୍ରତିଦିନ ।
ଯୋଗ ନିୟମ ଧାନକର
ମନକୁ ଆଗେ ସ୍ଥିରକର ।
ଆସନ ପ୍ରାଣାୟାମ କଲେ
ରୋଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଯାଏ ଭଲେ ।
ମନ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ହେବ
ଶାନ୍ତିରେ ଜୀବନ ବିତିବ ।
ଯୋଗ ଆମର ପରମ୍ପରା
ଯୋଗ କୁ ଧରିଅଛି ଧରା ।
ମନ ଲଗାଇ ଯୋଗ କଲେ
ଭଲ ମଣିଷ ହେବ ଭଲେ ।
ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ ପଥ ଧରି
ଭବ ସାଗରୁ ହେବ ପାରି ।
ପାତାଞ୍ଜଳିକ ଯୋଗ ମାର୍ଗ
ଫଳ ଲଭିବ ଚତୁଃବର୍ଷ ।
ରଷିକ ଯୋଗ ପଥ ଧରି
ଦୁଃଖ କଷ୍ଟ ରୁ ହେବ ପାରି ।
ଯୋଗ କରଇ ଆମ ହିତ
ଆମେ ନହିବୁ ଆତସାତ ।
ଜୀବନ ହେଲେ ଯୋଗମୟ
ଶରୀର ହେବ ନିରାମୟ ।
ଯୋଗରେ ଦେଲେ ମନଧାନ
ଅନନ୍ଦେ ବିତିବ ଜୀବନ ।